

*Klinik für
Viszeral- und
Thoraxchirurgie*

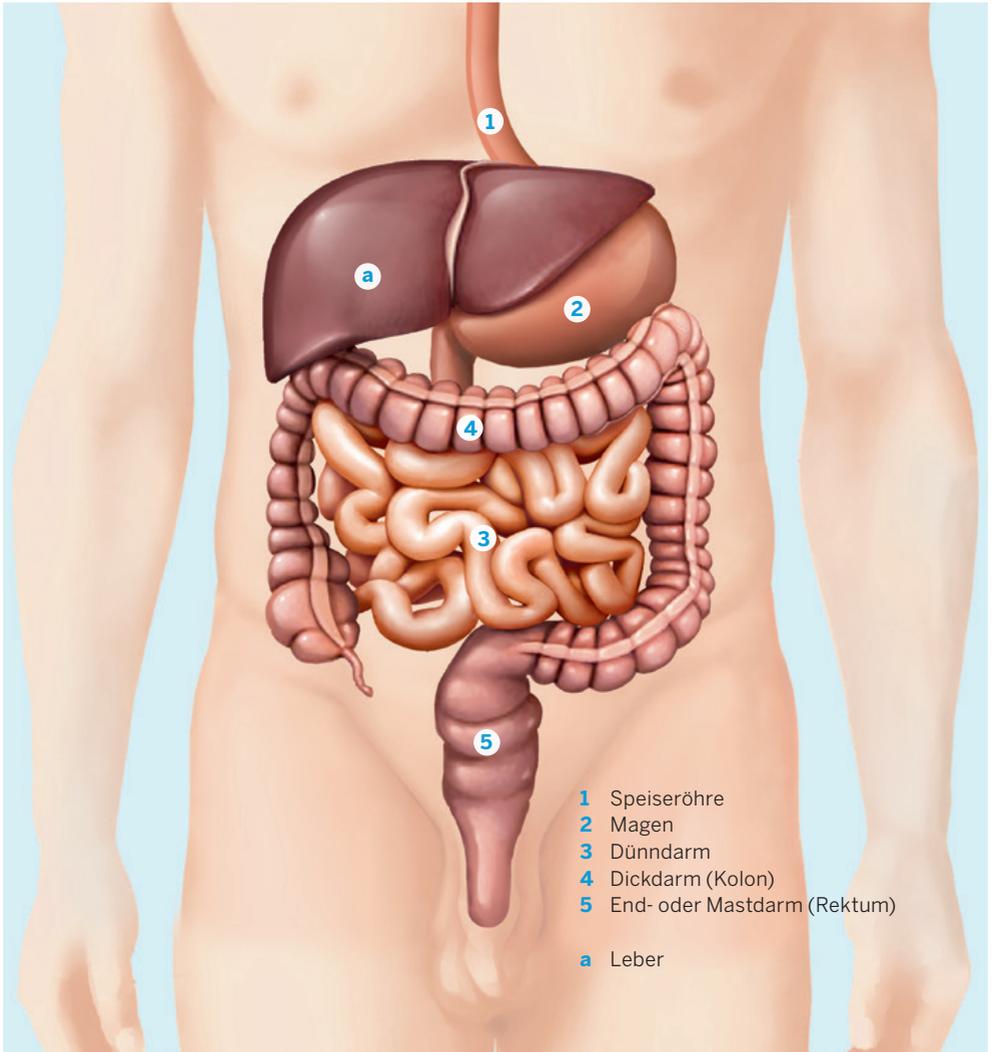
DARM- OPERATION (KOLON)

Patienteninformation **BENE**



KSW
Kantonsspital
Winterthur

Diese Broschüre ist für:



Inhalt

| | |
|----------------------------------|----|
| Das BENE-Konzept | 5 |
| Vor dem Spitalaufenthalt | 6 |
| Spitaleintritt | 8 |
| Operationstag | 9 |
| Nach der Operation | 10 |
| Spitalaustritt | 12 |
| Nach der Spitalentlassung | 13 |
| Fragen und Probleme | 15 |

Liebe Patientin, lieber Patient

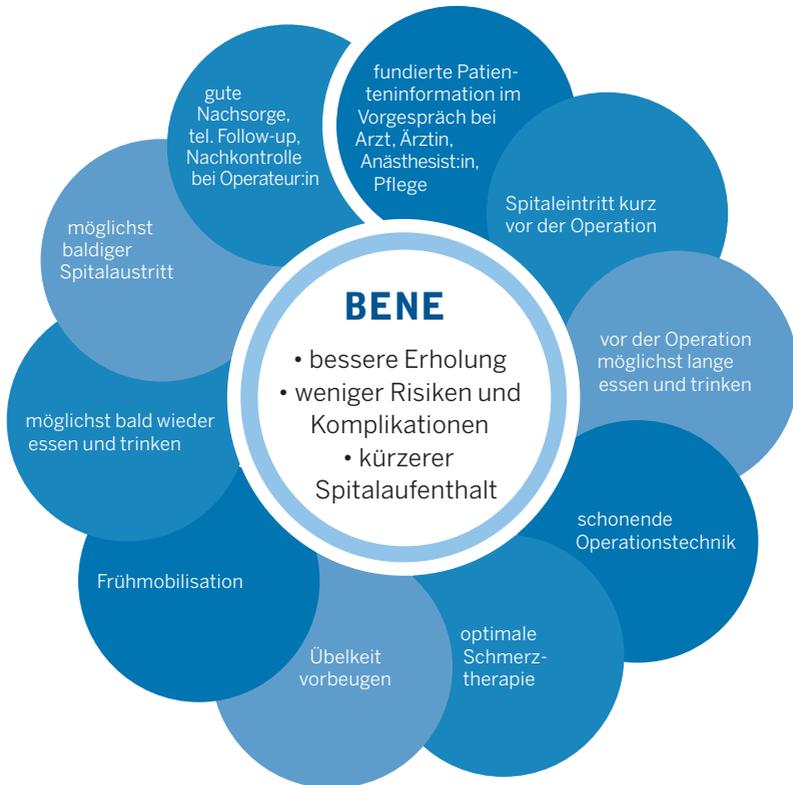
Demnächst werden Sie am Darm operiert. Moderne Behandlungskonzepte machen es möglich, diesen Eingriff schonend durchzuführen. Dank einer guten Schmerzbehandlung können Sie schon kurz nach der Operation wieder aufstehen und sich bewegen sowie gleichentags wieder essen und trinken. Am Kantonsspital Winterthur haben wir das Behandlungskonzept BENE (Bessere Erholung nach Eingriff) entwickelt und 2024 eingeführt. Damit können wir eine hohe Behandlungsqualität sicher stellen.

Es ist uns wichtig, dass Sie sich bei uns gut aufgehoben fühlen und der Spitalaufenthalt zu Ihrer vollsten Zufriedenheit verläuft. Wir legen Wert darauf, Sie bereits vor Ihrem Eintritt über die Abläufe im Spital zu informieren. So wird es Ihnen ermöglicht, aktiv zur Genesung beizutragen. Bitte lesen Sie dieses Informationsschreiben gemeinsam mit Ihren Angehörigen oder Bezugspersonen durch und melden Sie sich bei Fragen oder Problemen bei uns.

Wir danken Ihnen für Ihr Vertrauen und wünschen Ihnen einen möglichst angenehmen Aufenthalt und baldige Genesung.

Ihr Behandlungsteam der Klinik für Viszeral- und Thoraxchirurgie
Kantonsspital Winterthur

Das BENE-Konzept: Bessere Erholung nach Eingriff



Damit Sie sich nach der Operation möglichst schnell erholen, ist es wichtig, dass Sie sich bald wieder bewegen und Nahrung zu sich nehmen. Ihre Fortschritte dürfen Sie in einem persönlichen Tagebuch festhalten. Mehr dazu finden Sie im Kapitel «Nach der Operation». Wir empfehlen Ihnen, nach der Operation Kaugummi zu kauen, um die Magen-Darm-Tätigkeit anzuregen. Bringen Sie Ihre Liebingsorte am besten gleich mit.

Die Vorteile des BENE-Konzepts (Bessere Erholung nach Eingriff):

- schonende Operationstechnik
- weniger Schmerzen und Übelkeit
- rasch wieder essen und trinken
- weniger Komplikationen
- früherer Austritt aus dem Spital möglich
- persönliche Vor- und Nachbetreuung

Vor dem Spitalaufenthalt

Vorbereitung in den Wochen vor der Operation

Körperliche Bewegung und eine ausgewogene Ernährung sind bereits vor der Operation wichtig. Raucherinnen und Rauchern empfehlen wir, auf das Rauchen zu verzichten oder den Nikotinkonsum im Hinblick auf die Operation zumindest einzuschränken. Verzichten Sie in den vier Wochen vor der Operation auf Alkohol.

Zusatztrinknahrung

Wenn es von Ihrem Ernährungszustand her nötig ist, wird Ihnen die Ärztin oder der Arzt eine spezifische Trinknahrung (Oral Impact oder Fresubin) zur Stärkung des Immunsystems und zur Nahrungsergänzung verordnen. Dieses Getränk wird in der Regel fünf Tage vor der Operation bis zum Abend vor der Operation eingenommen. Einen individuellen Plan erhalten Sie zusammen mit dem Getränk.



Vortag und Morgen vor der Operation

Unabhängig von Ihrem Ernährungszustand erhalten Sie eine kohlenhydratreiche Trinknahrung (Nutricia preOP), die Sie zwei Stunden vor Spitaleintritt zu Hause trinken sollten. Diese unterstützt die Erholung nach der Operation. Patientinnen und Patienten mit einem guten Ernährungszustand, die während den fünf Tagen vor der Operation kein Fresubin oder Oral Impact einnehmen, bekommen für zu Hause zudem vier Flaschen Nutricia preOP, die am Nachmittag vor der Operation eingenommen werden müssen. Beachten Sie Ihren individuellen Einnahmeplan.

Am Tag vor der Operation müssen Sie ein Abführmittel einnehmen (siehe dazu separates Informationsblatt). Sie dürfen noch normal Frühstück und Mittagessen zu sich nehmen, ab 14.00 Uhr jedoch nur noch flüssige Kost (Suppe, Crème, Joghurt, Oral Impact/Fresubin, Nutricia preOp etc.).

Wichtige Kontaktperson

Die Fachverantwortliche Pflege BENE ist eine wichtige Ansprechperson für Sie. Bitte wenden Sie sich mit Fragen oder Anliegen an:

Fachverantwortliche Pflege BENE

Tel. 052 266 37 84

bene@ksw.ch



Spitaleintritt



Operationstermin

- Eintritt am Vorabend*
- Eintritt am OP-Tag*

Sie treten entweder am Vortag oder am Operationstag ins Spital ein. In jedem Fall wird Ihnen die genaue Eintrittszeit rechtzeitig mitgeteilt. Planen Sie für die Anreise genügend Zeit ein, damit kein Stress für Sie entsteht.

Melden Sie sich am Eintrittstag bei der Patientenaufnahme. Sollte diese geschlossen sein, wenden Sie sich an den Empfang. Lassen Sie Wertvolles zu Hause. Medikamente bringen Sie bitte in der Originalverpackung mit. Vergessen Sie Ihre persönlichen Hilfsmittel wie Brille oder Hörgeräte nicht. Für die ersten Tage benötigen Sie Toilettenartikel (Handtücher werden vom Spital zur Verfügung gestellt) und bequeme Kleidung (Pyjama, Morgenmantel, Trainingsanzug). Ausserdem empfehlen wir Hausschuhe für das Umhergehen im Zimmer und auf dem Gang.

Operationstag

Die Narkoseärztin oder der Narkosearzt hat Sie darüber informiert, ab wann Sie vor der Operation nichts mehr essen und trinken dürfen. Verzichten Sie unbedingt aufs Rauchen!

Für die Operation legen Sie bitte allen Schmuck ab. Zur Thromboseprophylaxe (Verminderung des Risikos einer Blutgerinnselbildung) erhalten Sie Stützstrümpfe. Diese tragen Sie bitte auch in den ersten Tagen nach der Operation.

Bevor Sie in den Operationssaal gebracht werden, ziehen Sie bitte das Spitalnachthemd an. Sie erhalten ein Patientenarmband mit Ihrem Namen und dem Geburtsdatum. Es dient Ihrer Sicherheit. Tragen Sie es daher bitte während des gesamten Aufenthalts.

Nach der Operation werden Sie im Wachsaal betreut. Später bringt die zuständige Pflegefachperson Sie in Ihr Zimmer zurück. Weil möglichst baldige Bewegung für den Erholungsprozess wichtig ist, stehen Sie bereits am Operationstag wieder auf. Das Pflegefachpersonal wird Ihnen dabei behilflich sein.

Wenige Stunden nach der Operation dürfen Sie essen und trinken. Es ist wichtig, dass Sie mindestens einen Liter Flüssigkeit inklusive einer energie- und eiweissreichen Trinknahrung zu sich nehmen.



Meistens sind an Ihrem Körper noch Schläuche angebracht, beispielsweise eine Infusion, und eventuell wird Ihnen Sauerstoff über die Nase zugeführt. Durch diese Schläuche ist Ihre Bewegungsfreiheit zu Anfang noch etwas eingeschränkt. Sie sollten sich aber trotzdem bewegen. Das Pflegefachpersonal unterstützt Sie gern dabei.

Sollte bei Ihnen eine Operation über einen grossen Bauchschnitt geplant sein, wird Ihnen mit grosser Wahrscheinlichkeit von der Narkoseärztin oder dem Narkosearzt ein Schmerzkatheter am Rücken empfohlen. In diesem Fall ist bei Ihnen vorübergehend ein Urinkatheter eingelegt.

Nach der Operation



Es ist uns wichtig, auf Ihre Bedürfnisse einzugehen. Lassen Sie es uns wissen, wenn irgendetwas nicht nach Ihren Wünschen läuft. Unser Ziel ist es, dass Sie möglichst wenig unter Schmerzen oder Übelkeit leiden. Melden Sie sich bei Schmerzen, Übelkeit oder anderen Symptomen umgehend beim Pflegefachpersonal.

Eine ausreichende Ernährung und körperliche Bewegung sind sehr wichtig, da sie den Erholungsprozess beschleunigen und das Risiko von Komplikationen nach der Operation vermindern. Um Sie dabei zu unterstützen und Ihre Fortschritte aufzuzeigen, werden wir das Tagebuch mit Ihnen zusammen führen.

Essen und trinken

Wenn nichts anderes vereinbart wurde, dürfen Sie wie gewohnt essen und trinken. Sie sollten pro Tag mindestens zwei Liter Flüssigkeit trinken. Die Ihnen täglich servierte energie- und eiweissreiche Trinknahrung ist für die ausreichende Nährstoffzufuhr wichtig.

Magen-Darm-Tätigkeit

Es kann vorkommen, dass Sie nach der Operation unter Übelkeit leiden oder Ihr Appetit reduziert ist. Falls Ihnen übel ist oder Sie sich übergeben müssen, melden Sie sich beim Pflegefachpersonal. Wir empfehlen das Kauen von Kaugummi, ausreichend körperliche Bewegung und genügend Flüssigkeitszufuhr, um die Magen-Darm-Tätigkeit zu unterstützen und anzuregen.

Körperliche Aktivität – Bewegung

Es ist sinnvoll, dass Sie sich so viel wie möglich ausserhalb des Bettes aufhalten (mind. sechs Stunden täglich). Setzen Sie sich zum Essen an den Tisch, lesen Sie im Lehnstuhl, gehen Sie im Gang spazieren oder machen Sie einen Ausflug in unsere Cafeteria. Bewegung ist wichtig, um Komplikationen vorzubeugen. Durch die Aktivitäten werden Ihre Atmung und Ihr Kreislauf angeregt, und Ihre Muskeln bleiben erhalten. Sie können dadurch einen Beitrag zu Ihrer Genesung leisten.

Schmerztherapie

Damit Sie sich nach der Operation bald wieder ganz normal bewegen können, sollten Sie keine Schmerzen aushalten müssen. Melden Sie sich beim Auftreten von Schmerzen beim Pflegefachpersonal. Während der ersten 24 Stunden bekommen Sie zusätzlich zu Tabletten auch Schmerzmittel über die Infusion. Wenn Sie einen Schmerzkatheter im Rücken haben, werden Sie während der ersten zwei bis vier Tage auch von der Schmerzdienstärztin resp. vom Schmerzdienstarzt betreut.

Ihr persönliches Tagebuch

Dieses erhalten Sie beim Eintritt. Notieren Sie ab dem Operationstag täglich, wie Sie sich fühlen. Anhand der Skala von 0 bis 10 schätzen Sie die Schmerzen und die Übelkeit ein. Notieren Sie, wie viel Zeit Sie ausserhalb des Bettes verbracht haben und wie viel Sie gegessen und getrunken haben. Die Verdauung ist ein wichtiger Punkt nach einer Darmoperation, deshalb wird auch nach der Darmtätigkeit gefragt (Windabgang, Stuhlgang). Das Tagebuch hilft Ihnen und uns, Ihr Befinden besser einzuschätzen und Sie bei Bedarf gezielt zu unterstützen.

Am Austrittstag geben Sie das Tagebuch bitte jemandem vom Pflegefachpersonal ab.

Damit wir unsere Behandlung stetig optimieren können, sind Ihre Angaben für uns sehr wichtig. Wir werden sie anonym erfassen und auswerten. Danke, dass Sie uns helfen, besser zu werden!



Spitalausritt



Sobald die Verdauung zufriedenstellend funktioniert, die Operationswunden gut heilen und die Schmerzen mit Schmerztabletten ausreichend gelindert werden können, organisiert das Pflegefachteam den Spitalaustritt. Dies ist in der Regel nach vier bis sechs Tagen der Fall. Bei Bedarf wird die Nachsorge- und Sozialberatung für die Planung der Zeit nach dem Austritt beigezogen (Spitex, Rehabilitationsklinik, Kuraufenthalt etc).

Wir erklären Ihnen, wie die Schmerzmedikamente einzunehmen und zu gegebener Zeit zu reduzieren sind. Sollte bei Ihnen ein bösartiger Tumor der Grund für die Operation sein, sind auch nach dem Spitalaufenthalt während sechs Wochen Spritzen zur Vorbeugung von Blutgerinnseln notwendig.

Sie werden vom Pflegefachpersonal genau instruiert, wie Sie sich das Blutverdünnungsmittel selber spritzen können. Wenn Sie es wünschen, kann das auch die Spitex für Sie übernehmen. Bei der Organisation unterstützen wir Sie gerne. Ausserdem erklären wir Ihnen, wie die Operationswunden gepflegt werden sollen.

Sie erhalten einen Austrittsbericht und ein Medikamentenrezept. Beim Austrittsgespräch mit der Ärztin oder dem Arzt und der Pflegefachperson wird zudem ein Kontrolltermin bei Ihrer Operateurin oder Ihrem Operateur festgelegt.

Nach der Spitalentlassung

Ernährung

Sie können wie gewohnt essen und trinken. Es ist normal, wenn Sie in den ersten Tagen nach der Operation und der Entlassung nach Hause wenig Appetit haben. Achten Sie darauf, dass Sie genügend Flüssigkeit zu sich nehmen (ungesüsste Getränke). Sollte die Ernährung ein Problem für Sie sein oder sollten Sie weiter an Gewicht verlieren, nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Stuhlgang

Es ist möglich, dass Sie in der ersten Zeit nach der Operation einen unregelmässigen Stuhlgang haben. Dies sollte sich in den ersten Wochen nach der Operation normalisieren; ein regelmässiger Stuhlgang ist wichtig. Sollten Sie unter Verstopfung leiden, empfehlen wir die Einnahme eines leichten Abführmittels.

Körperliche Aktivität, Bewegung und Sport

Es ist normal, wenn Sie in den ersten Wochen nach der Operation weniger Energie haben als gewohnt und häufiger müde sind. Es ist aber wichtig, dass Sie zu Hause trotzdem aktiv sind und Spaziergänge unternehmen.

Sie dürfen sich frei bewegen und uneingeschränkt belasten. Vermeiden Sie jedoch Bewegungen, die Schmerzen bereiten (Bauchdecke).

Schmerzmedikation

Bauchschmerzen sind nach einer Darmoperation normal. Damit Sie den Alltag möglichst schmerzfrei meistern können, haben Sie ein Rezept für Schmerzmittel erhalten. Sie selber können am besten einschätzen, wann eine Reduktion der Schmerzmittel möglich ist, und dürfen sie selbständig absetzen. Wir empfehlen, dies in Etappen zu tun und nicht alle Mittel auf einmal abzusetzen.

Wundpflege

Die Operationsnaht ist in der Regel mit einem Pflasterverband (Proxistrips) abgedeckt, der nach 10 bis 14 Tagen entfernt werden darf. Eine Fadenentfernung ist in den meisten Fällen nicht notwendig, die Fäden lösen sich von selber auf. Wundinfektionen können auch nach dem Spitalaustritt auftreten. Erste Anzeichen dafür können Schmerzen, Rötung, Überwärmung oder der Austritt von Flüssigkeit aus der Wunde sein. Melden Sie sich in diesem Fall bei uns.

Duschen und baden

Sie können wie gewohnt duschen und frühestens am 14. Tag nach der Operation auch wieder baden oder in die Sauna gehen.

Arbeiten nach der Operation

Die Dauer der Arbeitsunfähigkeit wird mit Ihnen besprochen. Sie richtet sich meist nach der Art der Operation und Ihrem Beruf.

Nachkontrolltermine

Manchmal können auch nach dem Spitalaustritt Komplikationen auftreten. Wir empfehlen daher eine Kontrolle bei Ihrer Hausärztin bzw. Ihrem Hausarzt in der ersten Woche nach dem Austritt. Ausserdem wird ein Termin bei Ihrer Operateurin oder Ihrem Operateur zur Abschlusskontrolle festgelegt.

In der ersten Woche nach dem Spitalaustritt wird sich die Fachverantwortliche Pflege BENE telefonisch bei Ihnen melden und fragen, wie es Ihnen geht. Bei diesem Anruf können auch noch Fragen geklärt werden.



Fragen und Probleme

Sollten sich Fragen oder Probleme ergeben, kontaktieren Sie uns.

Umgehend melden sollten Sie sich bei:

- geröteter oder nässender Wunde
- starken Schmerzen
- Erbrechen, falls eine Nahrungsaufnahme nicht mehr möglich ist
- Fieber > 38,0 Grad Celsius



**KANTONSPITAL
WINTERTHUR**

Brauerstrasse 15
Postfach
8401 Winterthur
Tel. 052 266 21 21
info@ksw.ch
www.ksw.ch

Klinik für Viszeral- und Thoraxchirurgie

Bürozeiten Mo.–Fr. 08.00–17.00 Uhr
Sprechstundenzentrum
Tel. 052 266 24 00

Ausserhalb der normalen Arbeitszeiten
und an Wochenenden/Feiertagen:

Telefonzentrale
(Verlangen Sie die Dienstärztin / den Dienstarzt
Chirurgie)
Tel. 052 266 21 21
